

مروری بر مطالعات انجام شده در حیطه مدل پنج عاملی شخصیت (NEO) و حمایت اجتماعی ادراک شده

سیما رسولی^۱، میثم فرخی^۲

^۱ دانشجوی کارشناسی ارشد روانشناسی عمومی، گروه روانشناسی، دانشکده رفاه، تهران، ایران (نویسنده مسئول)

^۲ استادیار گروه ارتباطات و مطالعات فرهنگی، دانشکده رفاه، تهران، ایران

چکیده

هدف: هدف از این پژوهش مروری بر ویژگی‌های شخصیتی بر اساس مدل پنج عاملی و تاثیر گذاری این ویژگی‌ها بر نحوه ی درک افراد از حمایت اجتماعی دریافت شده از سوی دیگران است. **روش:** در این مطالعه از مقالات نمایه شده پنج سال اخیر در پایگاه‌های اطلاعاتی ساینتس دایرکت، اشپرینگر، گوگل اسکالر، اسکوپوس و پاب مد، با به کارگیری روش تحقیق کتابخانه‌ای که مهم‌ترین ابزار در نگارش یک مقاله مروری است، استفاده شده است. **یافته‌ها:** یافته‌ها حاکی از این است که ویژگی‌های شخصیت اجتماعی مرتبط با سبک بین فردی (برون‌گرایی و توافق‌پذیری) افراد است و همچنین دو عامل ثبات عاطفی و وظیفه‌شناسی، پیش‌بینی‌کننده‌های مهم رفاه و کیفیت زندگی هستند. همچنین حمایت اجتماعی ادراک شده ممکن است منبعی باشد که بر رشد ویژگی‌های شخصیتی مرتبط با مهارت‌های اجتماعی و همچنین کیفیت و فراوانی تعاملات اجتماعی تأثیر بگذارد. **نتایج:** نتایج نشان می‌دهد از بین پنج عامل شخصیت یعنی روان رنجوری خویی، برون‌گرایی، استقبال از تجربه، موافقت و وظیفه‌شناسی، سه عامل توافق‌پذیری، برون‌گرایی و روان رنجورخویی قوی‌ترین ارتباط را با حمایت اجتماعی و حمایت اجتماعی درک شده دارند.

واژه‌های کلیدی: شخصیت، حمایت اجتماعی، حمایت اجتماعی درک شده، NEO

مقدمه

رفتار و روابط انسانها که به صورت مجموعه ای از ویژگیهای فطری و اکتسابی نهادینه شده در فرد وجود دارند، شخصیت افراد را شکل می دهند. روانشناسی شخصیت به دنبال بررسی تفاوت های فردی در افکار، احساسات و رفتارهایی است که در طول زمان و مکان باقی می مانند. بنابراین تعاریف موجود از شخصیت به مفهوم فرایندهای درونی ارگانیزم و رفتارهای عینی ناشی از تعامل و ارتباط افراد اشاره دارد [۱]. اگرچه همه نظریه پردازان شخصیت با یک تعریف واحد از آن موافق نیستند، اما با این حال تعریفی که بسیاری از روان شناسان در مورد آن اتفاق نظر دارند این است که: شخصیت سازمان پویای الگوهای دائمی رفتار، شناخت، هیجان، انگیزش و شیوه های یکتای ارتباط با دیگران است. شخصیت بخش یکپارچه تجربه فرد از خود و جهان اوست، به گونه ای که فرد به سختی می تواند خود را مجزا از آن تصور کند [۲].

مروری تاریخی بر حمایت اجتماعی^۲ آن را به عنوان یک فرامفهوم پیچیده و پویا با ابعاد و سطوح متنوع شناسایی می کند [۳]. با این وجود، به دلیل بسیاری از دیدگاه های متفاوتی که می توان به آن نگریست، اقدامات بی شماری که به آن نسبت داده می شود و ماهیت پویایی آن، هنوز در مورد تعریف آن اتفاق نظری حاصل نشده است [۴]. طبق نظر کرونیکیت و موس^۳ (۱۹۹۵)، حمایت اجتماعی به عنوان در دسترس بودن منابع برای یک فرد تعریف شده است. [۵] با این حال، درک فرد از داشتن منابع اجتماعی ارائه، کمک و مراقبت به عنوان حمایت اجتماعی درک شده شناخته می شود [۶].

با توجه به این تعریف محققین در تقاطع تحقیقات شخصیت و حمایت اجتماعی تعدادی مدل نظری را برای توضیح نقش طیف وسیعی از متغیرهای تفاوت های فردی در فرآیندهای حمایت اجتماعی ایجاد کرده اند. از جمله فرناندز^۴ (۲۰۲۱) در پژوهش خود به نقل از لین یک مدل نظری از حمایت اجتماعی با سه حوزه یا بعد ارائه کرد: (الف) حمایت درک شده در مقابل حمایت واقعی. (ب) منابع حمایت اجتماعی یا موقعیتهایی که در آن ارائه می شود، مانند جامعه، شبکه های اجتماعی و افراد مورد اعتماد؛ (ج) حمایت ابزاری (مثلاً کسی که شما را به خانه می برد) در مقابل حمایت بیانی (مثلاً توانایی بیرون رفتن با یک دوست نزدیک). [۷]. چنین تلاش هایی با موفقیت قابل توجهی روبرو شده است و بر این مفهوم تأکید می کند که شخصیت به عنوان یک تأثیر مهم بر رفتار اجتماعی عمل می کند. بسیاری از محققینی که در این کار مشارکت داشتند، حمایت اجتماعی را

^۱personality^۲Social support^۳Cronkite and Mouse^۴Fernandez

به عنوان ویژگی محیط اجتماعی تصور کردند. برای آنها، حمایت اجتماعی یک سازه محیطی نویدبخش بود. بنابراین، تلاش های اولیه برای تعریف حمایت اجتماعی بر مبادله تدارکات اجتماعی به عنوان یکی از ویژگی های محیط اجتماعی متمرکز شد [۸]. اگرچه تقریباً تمام اقدامات جدید حمایت اجتماعی متکی بر خود گزارشی است، محققان در ابتدا فرض کردند که این اقدامات منعکس کننده ارائه عینی منابع اجتماعی مختلف است. از جمله کمک، راهنمایی و پیوند عاطفی، اما با افزایش تحقیقات در مورد چنین معیارهای خودگزارشی از حمایت اجتماعی، محققین خاطرنشان کردند که ابزارهای متمرکز بر ارزیابی ذهنی یا درک شده پاسخ دهندگان از محیط اجتماعی خود (یعنی حمایت درک شده) به طور مداوم با متغیرهای نتیجه مرتبط و با معیارهای تعامل اجتماعی با جهت گیری عینی غیر مرتبط هستند. بنابراین یافته‌ها در نهایت این فرضیه را به وجود آوردند که حمایت درک شده ممکن است در درجه اول منعکس کننده شخصیت درک کننده باشد. این واقعیت که شخصیت ممکن است در فرآیندهای حمایت اجتماعی نقش داشته باشد، تعدادی از چالش های مفهومی و روش شناختی را به وجود آورده است. بسیاری از این مسائل، انواعی از این فرضیه کلی هستند که شخصیت، به جای محیط اجتماعی، ممکن است عامل اصلی سلامت و رفاه باشد. البته باید به نکته نیز توجه داشت که به گفته پروسیدانو و هلر^۵ (۱۹۸۳) شدت علائم روانی نیز عمدتاً تحت تأثیر کفایت حمایت اجتماعی است [۹]. به این ترتیب، ویژگی های شخصیتی ممکن است به عنوان تهدیدی برای اعتبار ساختاری اقدامات حمایت اجتماعی عمل کند [۷].

درسالهای اخیر پژوهش های بسیاری در حوزه نقش شخصیت انسانها در درک حمایت اجتماعی براساس مدل پنج عاملی شخصیت که یک ابزار خود گزارشی برای جمعیت بهنجار است، صورت گرفته است. مقاله مروری حاضر نیز به دنبال پاسخگویی به این پرسش ها است که: ۱. تأثیر متقابل بین شخصیت و حمایت اجتماعی چگونه است؟ ۲. آیا شکل گیری شخصیت وابسته به شیوه ادراک دریافت حمایت اجتماعی است یا خیر؟ ۳. آیا منشا اختلالات روانی در افراد با میزان درک آنها از حمایت اجتماعی دریافت شده مرتبط است یا خیر؟

روش

بررسی حاضر، مروری بر اساس پژوهش های انجام شده از سال ۲۰۱۹ تا ۲۰۲۲ به روش تحقیق کتابخانه ای از پایگاه های اطلاعاتی ساینس دایرکت، کورنس، اشپرینگر، گوگل اسکالر، اسکوپوس و پاب مد با کلیدواژه های: شخصیت، NEO، حمایت

^۵Procidano and Heller

اجتماعی و حمایت اجتماعی درک شده است. البته باید به این نکته توجه داشت که پژوهش‌هایی که حجم نمونه و نحوه اجرای نامشخصی داشتند و همچنین مقالاتی که متن کامل آن‌ها در دسترس نبود نیز از روند مطالعه حذف شدند.

یافته ها

رابطه بین ویژگی‌های شخصیتی و حمایت اجتماعی را می‌توان در چند مورد از مدل پنج عاملی شخصیت^۶ یا شخصیت بزرگ شناسایی کرد. تحقیقات، ویژگی‌هایی را شناسایی کرده‌اند که می‌توانند بر حمایت اجتماعی تأثیر بگذارند، زیرا درک رابطه ویژگی‌های شخصیتی با روابط موفق ممکن است به افزایش حمایت اجتماعی کمک کند و باعث بهزیستی فرد گردد. در همین راستا منینگ^۷ و همکارانش در سال ۲۰۲۰ پژوهشی را با عنوان "تأثیر متقابل شخصیت و حمایت اجتماعی بر افکار احتمالی خودکشی در مردان و زنان مبتلا به افسردگی اواخر عمر" انجام دادند و بیان کردند که سطوح بالاتر افسردگی در ابتدا، حمایت اجتماعی ذهنی یا درک شده کمتر، روان رنجوری بالاتر و برون‌گرایی کمتر به طور قابل‌توجهی با افزایش احتمال افکار خودکشی در طول زمان مرتبط است. در حالی که رابطه بین این ابعاد و افکار خودکشی دیگر در تحلیل‌های چند متغیره معنی‌دار نبود، یک اثر تعدیل‌کننده معنادار متغیر حمایت اجتماعی را بر ارتباط بین افکار خودکشی و برخی جنبه‌های شخصیتی روان رنجورخویی و برون‌گرایی بررسی کرده و وجود آن را اثبات کردند. کاهش حمایت اجتماعی درک شده با افزایش احتمال افکار خودکشی در بیماران مبتلا به افسردگی اواخر عمر (LLD)^۸ با تکانشگری بالا و مشارکت کم و احساسات مثبت همراه بود. در تمام مدل‌ها، حمایت اجتماعی برای زنان مفید بود، اما در کاهش احتمال افکار خودکشی برای مردان رضایت‌مند نبود. رضایت ذهنی از حمایت اجتماعی موجود، حالتی بین فردی است که مکرراً با کاهش افکار خودکشی در سالمندان مرتبط بوده است. نکته قابل توجه در این مطالعه این است که تعاملات پیچیده بالقوه بین حمایت اجتماعی درک شده، روان رنجوری و برون‌گرایی بر روی افکار خودکشی در LLD آزمایش نشده است. ادراک کاهش حمایت اجتماعی پیش‌بینی‌کننده افکار خودکشی در زنان است، اما در مردان اینگونه نیست. این نتیجه با تصور این موضوع که زنان برای ارتباط اجتماعی ارزش بیشتری قائل هستند، مطابقت دارد. در نهایت در این پژوهش به این نتیجه رسیدند که تغییرات در حمایت اجتماعی ممکن است به افکار خودکشی در افراد مسن افسرده با ویژگی‌های شخصیتی خاص کمک کند. صرف نظر از ویژگی

^۶NEO

^۷ Manning

^۸Late-Life Depression

های شخصیتی، تغییرات در نحوه ارائه حمایت اجتماعی بر افکار خودکشی زنان نیز تأثیر معنی داری داشت اما برای مردان اینگونه نیست [۱۰].

با مرور آثار پژوهشی با عناوین مطالعاتی حمایت اجتماعی و شخصیت می توان این موضوع را دریافت که بسیاری از پژوهش ها مبتنی بر دوره های جوانی و پیری است و کمتر پژوهشی در راستای دوره میانسالی و نقش درک حمایت اجتماعی از سوی این افراد صورت گرفته است اما یکی از پژوهش هایی که در همین رابطه انجام شده، مطالعات مربوط به اودایار^۹ و همکارانش در سال ۲۰۲۰ با عنوان " حمایت اجتماعی درک شده و مدل پنج عاملی در میانسالی: یک تحلیل مسیر متقاطع ۴ ساله " است که بیان می کند دوران میانسالی، زمانی است که بزرگسالان باید نقش های اجتماعی متفاوتی را ایفا کنند که نیاز به مدیریت چند رابطه به طور همزمان دارد. بنابراین، دریافت و درک حمایت از افراد مهم زندگیشان می تواند به آنها کمک کند تا وظایف مرتبط با میانسالی را آسان تر انجام دهند، با استرس کنار بیایند و در نتیجه سلامت و رفاه را ارتقا دهند. از این رو ویژگی های شخصیتی همانند حمایت اجتماعی، پیش بینی کننده ای مهم درباره شایستگی های اجتماعی مورد نیاز برای دستیابی به موفقیت در چالش های اجتماعی است که در دوران میانسالی افراد با آن مواجه می شوند. در این مطالعه ضمن بیان این موضوع که پنج ویژگی شخصیتی بزرگ به طور قابل توجهی با حمایت اجتماعی ادراک شده مرتبط است و این ارتباط ها به طور مثبت با توافق، برون گرایی و ثبات عاطفی مرتبط است به این موضوع نیز اشاره می کند که هنوز مشخص نیست آیا این ارتباط ها به صورت طولی برقرار هستند یا خیر و یا چگونه این متغیرها ممکن است یکدیگر را در طول زمان پیش بینی کنند. از تبیین های مهم این پژوهش می توان به این موضوع اشاره کرد که حتی اگر ساختارهای اجتماعی جوامع معاصر ما تکامل یافته باشد، حمایت اجتماعی منبع غیرقابل انکاری برای سلامت، رفاه و کیفیت ذهنی زندگی باقی می ماند. این امر به ویژه به طور مثال در برون گرایی، که شامل جامعه پذیری و علاقه اجتماعی است، با روابط بین فردی مثبت نیز مرتبط است. ویژگی های شخصیتی اجتماعی مرتبط با سبک بین فردی (برون گرایی و توافق پذیری) و همچنین ثبات عاطفی یا وظیفه شناسی، پیش بینی کننده های مهم رفاه و کیفیت ذهنی زندگی هستند و این روابط توسط نقش های اجتماعی اولیه تعدیل می شوند. ویژگی های شخصیتی که سبک های تعامل را تعریف می کنند، می توانند تعاملات اجتماعی، حمایت اجتماعی موجود و درک آن را پیش بینی کنند. با این حال، یک زمینه اجتماعی حمایتی همچنین ممکن است با دادن فرصت به افراد برای توسعه مهارت های اجتماعی، حفظ تماس های اجتماعی و در نتیجه تقویت رفتار اجتماعی، ویژگی های شخصیتی را

^۹ Udayar

^{۱۰} middle age

پیش‌بینی کند. در نهایت در این پژوهش به این نتیجه رسیدند که یافته‌ها نشان می‌دهد که حمایت اجتماعی ادراک‌شده ممکن است منبعی باشد که بر رشد ویژگی‌های شخصیتی مرتبط با مهارت‌های اجتماعی و همچنین کیفیت و فراوانی تعاملات اجتماعی در میان‌سال‌ی تأثیر بگذارد [۱۱].

سمیح و نویدا^۱ (۲۰۲۱) از مقیاس چند بعدی حمایت اجتماعی ادراک شده (MSPSS)، مقیاس افسردگی، اضطراب و استرس (DASS-21)، برای دسترسی به ویژگی‌های شخصیتی، حمایت اجتماعی درک شده و علائم افسردگی ۳۰۲ نوجوانان در سنین ۱۸-۲۵ سال که به روش نمونه‌گیری در دسترس انتخاب شده بودند، برای بررسی علائم افسردگی در نوجوانان و رابطه بین ویژگی‌های شخصیتی و حمایت اجتماعی ادراک شده استفاده کردند [۱۲]. در این پژوهش بیان می‌شود که مدل‌های مختلفی ارتباط بین شخصیت و افسردگی را نشان می‌دهند، از جمله مدل آسیب‌پذیری که نشان می‌دهد ویژگی‌ها یا سازه‌های شخصیتی افراد را مستعد می‌کند و آن‌ها را برای ابتلا به اختلال آسیب‌پذیرتر می‌کند. مدل پاتوپلاستی که ارتباط شخصیت و افسردگی را نشان می‌دهد، بیان می‌کند که ویژگی‌های شخصیتی بر شروع، سیر و شدت افسردگی تأثیر می‌گذارد. بر اساس این مدل، روان‌رنجوری خویی بر شدت و مزمن بودن افسردگی تأثیر می‌گذارد، اما بر ایجاد اختلال تأثیر نمی‌گذارد [۱۳]. علاوه بر این، مدل ارتباط شخصیت-افسردگی نشان می‌دهد که ویژگی‌های شخصیتی بر شروع، سیر و شدت افسردگی تأثیر می‌گذارد. یافته‌های پژوهش حاضر نشان داد که بین روان‌رنجورخویی و علائم افسردگی رابطه مثبت و معناداری وجود دارد. با این حال، برون‌گرایی، وظیفه‌شناسی و حمایت اجتماعی ادراک شده ارتباط منفی معنی‌داری با علائم افسردگی نشان می‌دهد [۱۲]. نکته قابل توجه این پژوهش این است که چیزی که این مطالعات در نظر نمی‌گیرد این واقعیت است که نظریه‌های بوم‌شناختی مدرسه را به عنوان یک محیط کلیدی شناسایی کرده‌اند، زیرا معلمان به شدت بر نوجوانان در کل دوره آموزشی تأثیر می‌گذارند. در واقع آن‌ها این واقعیت را در نظر نمی‌گیرند که مطالعات جدیدتر، خانواده، همسالان و معلمان را به عنوان سه عامل مهم مؤثر بر دانش‌آموزان نوجوان به عنوان عامل اجتماعی تأثیرگذار بر افسردگی برجسته کرده است [۷]. تمجان^۲ و داغ^۳ (۲۰۲۱) با اشاره به اینکه ویژگی‌های شخصیتی ممکن است علت اصلی اختلالات روانی باشد، و بر علائم روانپزشکی تأثیر بگذارد، به تعامل با رویکردهای درمانی و اهمیت نقش تعیین‌کننده ویژگی‌های شخصیتی در مطالعات مربوط به سلامت روان اشاره می‌کنند. این محققین در پژوهش خود با عنوان "نقش شفقت به خود و حمایت اجتماعی ادراک شده

^۱Samih&naveeda

^۲Tamcan

^۳Dog

در رابطه بین ویژگی های شخصیتی پنج عاملی و علائم روانشناختی عمومی " به بررسی نقش میانجی شفقت به خود و حمایت اجتماعی ادراک شده در رابطه بین نشانه‌شناسی روان‌شناختی و ویژگی‌های شخصیتی پنج عاملی برون‌گرایی، روان رنجوری، گشودگی به تجربه، توافق‌پذیری و وظیفه‌شناسی در بین ۴۲۵ دانشجو و با استفاده از آزمون همبستگی و مدل میانجی چندگانه (بوت استرپ) پرداختند. اگرچه بسیاری از مطالعات به این نتیجه رسیدند که بین ویژگی های شخصیتی پنج عاملی (روان رنجورخویی، برون گرایی، گشودگی به تجربه، توافق پذیری و وظیفه شناسی) و اختلالات روانی رابطه وجود دارد، مکانیسم زمینه ای این رابطه هنوز به طور کامل توضیح داده نشده است [۱۴]. شفقت به خود مفهوم دیگری است که در مطالعات مورد بحث قرار گرفته و ممکن است هم به صفات شخصیتی و هم اختلالات روانی مرتبط باشد. شفقت به خود به عنوان باز بودن در برابر احساساتی که باعث رنج و تجربه فرد می شود، نزدیک شدن به خود با نگرش توجه و مهربانی، درک نارسایی ها و شکست ها و پذیرش تجربیات منفی به عنوان فرآیند طبیعی زندگی انسان تعریف می شود. مشخص شده است که سطح شفقت به خود بر اساس ویژگی های شخصیتی متفاوت است و دیده شده است که شفقت بیشتر بر خود تأثیر مثبتی بر سلامت روان دارد [۱۵]. در نهایت در این پژوهش به این نتیجه رسیدند که یافته‌های این پژوهش در رابطه با روابط بین متغیرها عمدتاً با نتایج سایر مطالعات موجود در گذشته همخوانی داشت بدین معنا که شفقت به خود و حمایت اجتماعی ادراک شده واسطه‌هایی در رابطه بین روان رنجورخویی، برون‌گرایی، توافق‌پذیری، وظیفه‌شناسی و نشانه‌شناسی روان‌شناختی هستند) $p > 0.05$ ، $r = 0.5$ [۱۴].

عزت نفس یکی از متغیر های اساسی در میزان درک حمایت اجتماعی افراد است. منظور از عزت نفس، ارزیابی است که فرد نسبت به خود انجام می دهد و معمولاً آن را حفظ می کند و بیانگر نگرش تأیید یا عدم تأیید است و نشان می دهد که فرد تا چه حد خود را توانا، مهم، موفق و شایسته می داند. به طور خلاصه، عزت نفس یک قضاوت شخصی درباره شایستگی است که در نگرش هایی که فرد نسبت به خود دارد بیان می شود [۱۶]. در افرادی با ویژگی هایی مانند: برون گرایی، گشودگی به تجربه، وظیفه شناسی و موافق بودن سطح بالایی از عزت نفس^۴ وجود دارد [۱۷]. بدین معنا که این افراد به توانایی خود در تفکر و مقابله با چالش های اساسی زندگی، به حق خود برای شاد بودن، احساس شایستگی، لیاقت، حق ابراز نیازها و خواسته های خود و بهره مندی از ثمره تلاش هایمان اعتماد دارند [۱۶]. در همین راستا نوگوریا^۵ و همکارش در سال ۲۰۱۹ در مقاله ای با عنوان " نقش واسطه ای حمایت اجتماعی بر ویژگی های شخصیتی و عزت نفس " به تاثیر و نقش متغیر میانجی حمایت

^۴Self-esteem^۵Nogueira

اجتماعی بر عزت نفس افراد می پردازند و اظهار می کنند که در تحقیقات گذشته به نقش میانجی احتمالی بین ویژگی های شخصیتی و عزت نفس توجهی نشده است. در این مطالعه ۷۰ نفر از افراد بین سنین ۱۸ تا ۷۰ سال به روش نمونه گیری آسان یا در دسترس انتخاب شدند و از مقیاس عزت نفس روزنبرگ، مقیاس پنج شخصیت بزرگ و مقیاس چند بعدی حمایت اجتماعی ادراک شده برای بررسی این نمونه ها استفاده شد. در این مدل، سن به عنوان بزرگترین پیش‌بینی کننده عزت نفس و حمایت اجتماعی بود، در حالی که جنسیت در رابطه با هر یک از متغیرها معنی دار نبود. در نهایت نتایج مطالعه حاضر نشان داد حمایت اجتماعی واسطه‌ای بین ویژگی شخصیتی و عزت نفس نیست. همچنین افرادی که در سطوح برون‌گرایی، توافق‌پذیری و گشودگی امتیاز بیشتری کسب می‌کنند، سطوح بالاتری از عزت نفس را گزارش می‌کنند. همچنین در میان این ویژگی‌ها، برون‌گرایی در مقایسه با سایر ویژگی‌های پنج بزرگ، بزرگترین پیش‌بینی کننده بود. این نشان می‌دهد که پرانرژی و اجتماعی بودن صرف نظر از تفاوت جنسیتی بیشتر برای عزت نفس فرد مفید است و ممکن است کیفیت حمایت اجتماعی درک شده را افزایش دهد [۱۷].

نتیجه گیری

حمایت اجتماعی ساختاری چند بعدی و پیچیده است. از این رو، محققان بین حمایت اجتماعی درک شده و حمایت اجتماعی دریافتی تفاوت قائل می شوند. حمایت اجتماعی درک شده به ارزیابی شناختی از دریافت کننده، دسترسی و کیفیت حمایت اشاره دارد، در حالیکه حمایت اجتماعی دریافت شده را می توان به حمایت اجتماعی در صورت نیاز قابل دسترس و رضایت از حمایت اجتماعی دریافت شده تقسیم کرد [۱۸]. ویژگی های شخصیتی ما اغلب واکنش هایی را در اطرافیان ما برمی انگیزد [۱۹]، به این معنی که افراد به روش هایی به ما پاسخ می دهند که با شخصیت ما سازگار است. به طور مثال در زمینه حمایت، فردی که مستعد تجربه خشم یا خصومت است ممکن است تعامل با او دشوارتر باشد و به همین دلیل از اعضای شبکه اجتماعی خود حمایت کمتری دریافت کند. فرآیند دیگری که شخصیت از طریق آن بر نحوه رابطه با حمایت اجتماعی تأثیر می گذارد این است که شخصیت به طور فعال بر ساخت شبکه حمایت اجتماعی فرد موثر است. به طور مثال برای نشان دادن افرادی که بسیار برون‌گرا هستند از بودن در کنار دیگران لذت می برند و معمولاً دایره وسیعی از دوستان دارند، به این ترتیب، وقتی خود را در موقعیت‌های استرس‌زا می‌بینند، تعداد بیشتری از افراد را دارند که برای حمایت به آنها مراجعه کنند [۲۰].

تحقیقاتی که رابطه بین پنج ویژگی شخصیتی بزرگ و حمایت اجتماعی را مورد بررسی قرار داده است، نشان داده است که به نظر می رسد توافق پذیری، برون گرایی و روان رنجورخویی قوی ترین ارتباط را با حمایت اجتماعی، به ویژه، در دسترس بودن حمایت اجتماعی درک شده دارند. در دسترس بودن حمایت اجتماعی درک شده به این تصور اشاره دارد که اشکال

مختلف حمایت برای فرد در دسترس است. این اشکال حمایت معمولاً شامل حمایت ارزیابی (داشتن شخصی برای صحبت در مورد مشکلاتش)، حمایت تعلق (داشتن افرادی برای انجام کارها)، حمایت عزت نفس (مقایسه مثبت هنگام ارزیابی خود در برابر دیگران) و حمایت ملموس (داشتن کسی برای ارائه کمک های مادی) است. مشخص شده است که زمانی که افراد تحت سطوح بالایی از استرس هستند در دسترس بودن حمایت اجتماعی نقش مهمی در مهار استرس دارد [۲۱]. به این معنا که اعتقاد بر این است که وقتی افراد با یک تجربه استرس زا کنار می آیند با پرورش تفسیر مثبت تر از رویداد که به نوبه خود می تواند به کاهش تجربه فرد از اضطراب و استرس کمک کند، نقش محافظتی ایفا می کند. بنابراین می تواند از ابتلا به بسیاری از اختلالات روانی جلوگیری به عمل آورد.

منابع

۱. W. Roberts, Brent; J. Yoon, Hee. (2022). Personality Psychology. Annual Review of Psychology
۲. کارور، چارلز اس. شی، یر، مایکل اف. (۱۳۸۷). نظریه های شخصیت. (مترجم: احمد رضوانی). نشر وابسته به آستان قدس رضوی
۳. Moreno, Sánchez. (2001). Estructura social, apoyo social y salud mental.
۴. Fuentes, Domínguez; Manuel, Juan. (2006). Apoyo Social, Integración y Calidad de Vida de La Mujer Inmigrante
۵. Cronkite, Ruth C; Moos, Rudolf H. (1995). Life context, coping processes, and depression. American Psychological Association
۶. Cunningham, Michael R; Barbee, Anita P. (2000). Social support. American Psychological Association
۷. Fernández Rodríguez, Arantzazu; Izar-de-la-Fuente, Iker; Escalante, Naiara; Azpiazu, Lorea. (2021). Perceived Social Support for a Sustainable Adolescence: A Theoretical Model of Its Sources and Types
۸. R. pierce, Gregory; lakey, brian; g. sarason, Irwin; r. sarason, Barbara; j. joseph, helene. (1997). personality and social support processes a conceptual overview
۹. Lee, Catherine; A. Dickson, Daniel; S. Conley, Colleen; N Holmbeck. , Grayson. (2014). A closer look at self-esteem, perceived social support, and coping strategy: a prospective study of depressive symptomatology across the transition to college
۱۰. Manning, Kevin J; Chan, Grace; Steffens, David C; Pierce B.A, Cortnee W; Guy G. Potter. (2020). The Interaction of Personality and Social Support on Prospective Suicidal Ideation in Men and Women With Late-Life Depression. The American Journal of Geriatric Psychiatry
۱۱. Udayar, Shagini; Urbanaviciute, Ieva; Rossier, Jérôme. (2020). Perceived Social Support and Big Five Personality Traits in Middle Adulthood: a 4-Year Cross-Lagged Path Analysis. Applied Research in Quality of Life volume
۱۲. Samih, AbdulHanan; Naveeda, Naveeda. (2021). An Examination of Depressive Symptoms in Adolescents: The Relationship between Personality Traits and Perceived Social Support. Islamic Guidance and Counseling Journal

۱۳. Bagby, R Michael; Quilty, Lena ; Costa, Paul.(2008). Personality and Differential Treatment Response in Major Depression: A Randomized Controlled Trial Comparing Cognitive-Behavioural Therapy and Pharmacotherapy. The Canadian Journal of Psychiatry
۱۴. Tamcan1, Gozde; Dag, Ihsan.(2021). The role of self-compassion and perceived social support in the relationship between five-factor personality traits and general psychological symptomatology. Neurological Sciences
۱۵. Muris P, Petrocchi N.(2017). Protection or vulnerability? A meta-analysis of the relations between the positive and negative components of self-compassion and psychopathology. Clin Psychol Psychother
۱۶. Branden, Nathaniel.(1992). The Power Of Self-Esteem. Healt Communications, Inc . Deerfield Beach, Florida
۱۷. Nogueira M, Kedson.(2019). The Mediating Role of Social Support on Personality Traits and Self-Esteem
۱۸. Bagherian Sararoudi, Reza; Sanei, Hamid; Baghbanian , Ali.(2011). The relationship between type D personality and perceived social support in myocardial infarction patients
۱۹. Oscar-Berman, Marlene; Weinstein, Amy; Wysocki , Diane.(1983). Bimanual Tactual Discrimination in Aging Alcoholics.
۲۰. Dehle, crystal; E. landers, john.(2005). You can't always get what you want, but can you get what you need? Personality traits and social support in marriage
۲۱. Swickert, Rhonda.(2022). Personality and social support processes.